



Mendambakan Ketenangan Hidup

Dr KH Muhammad Nazar D

الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَمَرَنَا بِالْإِتِّحَادِ
وَالْإِعْتِصَامِ بِحَبْلِ اللَّهِ الْمَتِينِ. أَشْهَدُ
أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ
الْمَلِكُ الْحَقُّ الْمُبِينُ، وَأَشْهَدُ أَنَّ مُحَمَّدًا
عَبْدُهُ وَرَسُولُهُ. صَادِقُ الْوَعْدِ الْأَمِينُ
صَلَاةً وَسَلَامًا لِمَنْزِلِ مَبْنِي عَلَى أَشْرَفِ
الْأَنْبِيَاءِ وَالْمُرْسَلِينَ، نَبِيِّنَا مُحَمَّدٍ
وَعَلَى آلِهِ وَأَصْحَابِهِ الطَّاهِرِينَ الْمَكْرَمِينَ
أَمَّا بَعْدُ فَيَا عِبَادَ اللَّهِ، أُوصِيكُمْ وَلِيَّائِي
بِتَقْوَى اللَّهِ وَطَاعَتِهِ، لَعَلَّكُمْ
تُفْلِحُونَ.

Saudara-saudara kaum Muslimin rahimakumullah.

Allah SwT dalam Al-Qur'an memperkenalkan kepada kita dua mata air di dalam surga yang artinya bening dan sejuk aromanya membangkitkan selera dan rasanya nikmat tiada tara. Dia adalah telaga kenikmatan yang disediakan Allah SwT sebagai minuman penghuni surga.

Allah SwT berfirman:

إِنَّ الْأَبْرَارَ يَشْرَبُونَ مِنْ كَأْسٍ كَانَ
مِزَاجُهَا كَافُورًا. (النساء ٥٤)

Artinya: Sesungguhnya orang-orang yang berbuat kebaikan minum dari segelas (berisi minuman) yang campurannya adalah air kafur. (Al-Insaan: 5)

وَيُسْقَوْنَ فِيهَا كَأْسًا كَانَ مِزَاجُهَا زَجْجًا
وَعَيْنَا فِيهَا تُسَمَّى سَلْسَبِيلًا. (النساء ١٧١-١٧٢)

Artinya: Di dalam surga itu mereka diberi minum segelas (minuman) yang campurannya adalah jahe (yang didatangkan dari) sebuah mata air surga yang dinamakan salsabil. (Al-Insaan: 17-18)

Itulah dua mata air surga yang dinamakan kafur dan salsabil, telaga bening yang airnya tidak pernah kering.

Sudah barang tentu mata air yang ada di dunia tidaklah seindah, sebening dan sesejuk mata air surga itu.

Mungkin saudara akan duduk termenung membayangkan alangkah indahnya hidup ini bila dapat hidup tenang dan damai, bersih dan bermanfaat dan menyenangkan bagi orang lain bagaikan telaga bening di kaki bukit itu.

Saudara-saudara kaum Muslimin rahimakumullah.

Setidaknya ada lima hal yang memungkinkan keadaan itu tercipta:

Pertama, lokasi telaga itu sangat strategis, terlindung dari segala hiruk pikuk dan kegaduhan.

Kedua, suasana di sekitarnya sangat menyenangkan. Angin yang bertiup hanyalah angin sepoi yang menyenangkan tubuh dan sinar matahari yang menerobos di celah-celah ranting dan daun-daun pohon-pohon besar telah disejukkan oleh daun-daun yang rindang dan menghijau.

Ketiga, dasar telaga itu bersih dan yang ada di dalamnya hanyalah batu-batu telaga tanpa setitik noda.

Keempat, air yang mengalir ke dalamnya berasal dari sumber mata air yang bersih melalui saluran yang bersih dan masuk ke tempat yang bersih.

Kelima, air dalam telaga selalu dalam keadaan seimbang antara yang masuk dan yang keluar tidak pernah melimpah dan tidak pernah berkurang.

Saudara-saudara kaum Muslimin rahimakumullah.

Betapa banyak orang yang hidup tenang dan damai bagaikan air dalam telaga, tetapi yang mereka temui justru sebaliknya, hidup yang resah penuh tekanan dan guncangan.

Hidup yang dihantui oleh rasa was-was dan kekhawatiran sehingga menjadi beban kejiwaan yang begitu berat sampai tertimpa depresi, stress, guncangan batin dan sindrom kejiwaan yang menyebabkan ketenangan hidup jauh dari harapan.

Allah SwT memberikan penghargaan kepada orang-orang yang memiliki jiwa yang tenang sebagai buah dari imannya yang sempurna.

Allah SwT berfirman:

يَا أَيُّهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ۖ ارْجِعِي إِلَىٰ
رَبِّكِ رَاضِيَةً مَرْضِيَّةً ۖ فَادْخُلِي

Khutbah Jum'at

فِي عِبَادِي ۖ وَادْخُلِيْ جَنَّتِيْ
(النفر، ٢٧ - ٣٠)

Artinya: *Wahai jiwa-jiwa yang tenang! Kembalilah kepada tuhanmu dengan hati yang ridha dan diridhai, masuklah ke dalam jama'ah hamba-hambaku dan masuklah ke dalam surgaku.* (Qs Al-Fajr: 27-30)

Maka jelaslah jiwa yang tenang jiwa yang dipanggil oleh Allah SwT, masuk kelompok hamba-hamba-Nya dan masuk ke dalam surga-Nya.

Ibarat telaga di kaki bukit yang airnya tenang dan bersih, maka jiwa yang tenang dan bersih dapat terlihat dari sikap dan perilaku seorang Mukmin dalam merespon kehidupannya dan ketetapan Allah SwT yang berlaku bagi dirinya, setidaknya dapat dilihat dari hal-hal berikut:

- Wajahnya bersih, berseri dan memancarkan cahaya iman sehingga menyenangkan orang yang memandangnya
- Penampilan simpatik, supel, tidak ada kesan kesombongan dan keangkuhan.
- Senyumnya ramah dan mengundang simpati serta penghargaan orang.
- Tutur katanya bijak, terpilih dan terpelihara, menyenangkan dan menggembirakan orang lain.
- Tegur spanya sopan dan bersahabat terhadap siapa saja.
- Pekerjaannya bersemangat, rapi dan tanpa cela, tidak suka berpangku tangan.
- Ibadahnya tekun, khusyu', tenang dan ikhlas tidak asal

terlaksana.

Karena ketenangan dan kesucian jiwa adalah dampak dari kesempurnaan iman maka Allah SwT berulang kali memotivasi orang-orang Mukmin agar menyucikan jiwanya, guna mencapai kebahagiaan hidup kini dan di sini serta nanti dan di sana di yaumul akhir.

Allah berfirman:

قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا. (النس، ٩)

Artinya: *Sesungguhnya beruntunglah orang yang menyucikan jiwanya.* (As-Syam: 9).

قَدْ أَفْلَحَ مَنْ تَزَكَّى. (الأعلى، ١٤)

Artinya: *Sungguh beruntunglah orang yang menyucikan dirinya.* (Al-A'la: 14)

Jiwa yang suci mendatangkan ketenangan hati, ketenangan hati mendatangkan kedamaian hidup, kedamaian hidup menuntun ke arah kebahagiaan, dan kebahagiaan adalah kemenangan, kemenangan yang hanya dicapai dengan senjata iman.

Tampak halaman dari beranda

Daun selasih bawa berenang

Kalau iman tetap di dada

Jiwa bersih hidup pun tenang.

بَارَكَ اللهُ لِيْ وَلَكُمْ فِي الْقُرْآنِ الْعَظِيْمِ
وَنَفَعْنِيْ وَوَالِيَاكُمْ بِمَا فِيْهِ مِنَ الْآيَاتِ
وَالذِّكْرِ الْحَكِيْمِ. وَتَقَبَّلْ مِنِّيْ وَمِنْكُمْ
تِلَاوَتُهُ إِنَّهُ هُوَ السَّمِيْعُ الْعَلِيْمُ.

Khutbah Kedua

الْحَمْدُ لِلّٰهِ وَحْدَهُ. لَا شَرِيْكَ لَهُ.

وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى رَسُولِ اللهِ
نَبِيِّنَا مُحَمَّدٍ بْنِ عَبْدِ اللهِ. وَعَلَى آلِهِ
وَصَحْبِهِ وَمَنْ وَاٰهُ. اَمَّا بَعْدُ فَيَا أَيُّهَا
الْاِخْوَانُ رَحِمَكُمُ اللهُ. اُصْبِحْنِيْ وَآيَاكُمْ
يَسْقُوْا اللهُ حَقَّ تَقَاتِهِ. وَلَا تُؤْتُوا اِلَّا
وَاَنْتُمْ مُسْلِمُوْنَ.

*Hadirin Jamaah Jum'at
rahimakumullah...*

Di khutbah yang ke dua ini, marilah kita berdoa ke haribaan Allah SwT dengan khusyuk dan ikhlas, semoga Allah mengabulkan doa-doa kita, amien. •

الْحَمْدُ لِلّٰهِ رَبِّ الْعَالَمِيْنَ. وَصَلَوَاتُ
اللهِ وَسَلَامُهُ عَلَى نَبِيِّنَا مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِهِ
وَأَصْحَابِهِ أَجْمَعِيْنَ.

اللّٰهُمَّ اغْفِرْ لِلْمُسْلِمِيْنَ وَالْمُسْلِمَاتِ
وَالْمُؤْمِنِيْنَ وَالْمُؤْمِنَاتِ. الْاَحْيَاءِ مِنْهُمْ
وَالْاَمْوَاتِ. اِنَّكَ سَمِيْعٌ قَرِيْبٌ مُّجِيْبُ
الدَّعَوَاتِ. فَيَا قَاضِيَ الْحَاجَاتِ.

اللّٰهُمَّ اِنَّا نَسْأَلُكَ عَيْشَةً نَافِئَةً
وَمَمِيَّةً سَوِيَّةً. وَمَرَدًا غَيْرَ مُخْزٍ وَلَا
فَاضِحٍ.

رَبَّنَا اِنَّا مِنْ لَدُنْكَ رَحْمَةٌ وَهِيَ
لَنَا مِنْ اَمْرِ نَارِ شَدَا.

رَبَّنَا اِنَّا فِي الدُّنْيَا حَسَنَةٌ وَفِي الْاٰخِرَةِ
حَسَنَةٌ. وَقِنَا عَذَابَ النَّارِ.

سُبْحَانَ رَبِّكَ رَبِّ الْعِزَّةِ عَمَّا يَصِفُوْنَ.
وَسَلَامٌ عَلَى الْمُرْسَلِيْنَ. وَالْحَمْدُ لِلّٰهِ رَبِّ الْعَالَمِيْنَ.